

## Lunes

3



FESTIVO

## Martes

4



FESTIVO

## Miércoles

5

Guisantes a la Sevillana  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

## Jueves

6

Espirales con Tomate  
Rotti de Pavo al Horno  
Zanahoria en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Viernes

7

Crema de Zanahoria ECO  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Verdura + Legumbre + Lácteo

10 Judías Verdes con Tomate  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo

11 Patatas a la Riojana  
Salmón al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

12 Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

13 Arroz con Tomate  
Merluza en Salsa Verde  
Guisantes Rehogados.  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

14 Judías Blancas Estofadas con Verduras.  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

17 Crema de Calabacín ECO  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

18 Coditos con Tomate  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

19 Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

20 Paella de Verduras  
Abadejo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

21 Lentejas Estofadas con Verduras  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

24 Arroz con Tomate  
Sardinas a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

25 Lentejas con Chorizo  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

26 Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

27 Crema de Verduras ECO  
Pollo Asado  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Carne + Lácteo

28 Macarrones con Tomate  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Verdura + Legumbre + Fruta

31 Crema de Coliflor  
Pollo al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g  
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>3</p> <p></p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p>4</p> <p></p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p>5</p> <p>Guisantes a la Sevillana Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>6</p> <p>Espirales con Tomate Pollo Asado Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>7</p> <p>Crema de Zanahoria ECO Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta</p>
<p>10</p> <p>Judías Verdes con Tomate Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo</p>	<p>11</p> <p>Patatas a la Riojana Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>12</p> <p>Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras  Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo</p>	<p>13</p> <p>Arroz con Tomate Merluza en Salsa Verde Guisantes Rehogados. Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>14</p> <p>Judías Blancas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta</p>
<p>17</p> <p>Crema de Calabacín ECO Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo</p>	<p>18</p> <p>Coditos con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>19</p> <p>Judías Blancas Estofadas con Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Lácteo</p>	<p>20</p> <p>Paella de Verduras Abadejo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>21</p> <p>Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta</p>
<p>24</p> <p>Arroz con Tomate Sardinas a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>25</p> <p>Lentejas con Chorizo Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta</p>	<p>26</p> <p>Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras  Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>27</p> <p>Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Lácteo</p>	<p>28</p> <p>Macarrones con Tomate Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta</p>
<p>31</p> <p>Crema de Coliflor Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo</p>				

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g  
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.